



Ente di Promozione Sportiva
riconosciuto dal Coni



REGOLAMENTO GARA GOTTOLENGO

ARTICOLO	ARGOMENTO	PAGINA
1	Tesseramento	1
2	Numeri di gara	2
3	Attività pattinaggio Freestyle	2-3
4	Tabella degli sport S337	3
5	Certificazione Medica	3
6	Categorie e Codici	4
7	Attività	6
8	Agilità	8
9	Schema degli sport Agilità	9
10	Cross Superfinal	11
11	Percorso	11
12	Tabella Distanze Superfinal	12
13	Relay e Staffette	13
14	Staffetta Promozionale	14
15	Regole generali Relay e Staffette	15-16
16	Ruolo Starter e Partenze	17-18
17	RUOLO Giudice Arbitro	18
18	Ruolo Segreteria Gug	19
19	Giudice di Arrivo	19
20	Ruolo giudice di Pista	19
21	Divisa di Gara	20
22	Ruolo addetti Entry Door	20
23	Speaker	20
24	Pubblicazione Classifiche	21
25	Manifestazioni e Impianti sportivi	21
26	Materiale di Gara	21
27	Reclami non autorizzati	22
28	Sanzioni disciplinari	22
29	Composizione squadre per staffette e relay	23

ART. 1 TESSERAMENTO

- Non sono ammesse iscrizioni di atleti con tesseramento AICS e FIHP per due differenti società.
- Esiste un accordo bilaterale vigente con la federazione, e fra i principali accordi vi è quello che un atleta Aics o FIHP, deve gareggiare per lo stessa ASD (ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA). Non è possibile quindi farsi rilasciare tessere da club di terze parti per partecipare alle attività promosse da AICS Pattinaggio sul territorio. [<http://www.aics.it/wp-content/uploads/2014/03/20140325092831708.pdf>]

ART. 2 NUMERI DI GARA

- Sono necessari per riconoscere i concorrenti in gara, e distinguere i concorrenti agli arrivi. Indispensabili per la gestione del programma di gara, senza il numero non sarebbe possibile compilarlo.
- I numeri del freestyle sono univoci, nessun pattinatore in Italia ha un numero identico.
- **RICHIESTA:** tutti i club AICS che sono sprovvisti di numerazioni Freestyle sono invitati a richiedere una sequenza di 100 numeri, per fornirli e farli stampare sulle divise dei propri atleti. La richiesta deve essere inviata a freestyleaics@tiscali.it.
- **REVOCA:** ai club che non prenderanno parte per un intero anno di attività, dietro comunicazione alla federazione tali numeri saranno revocati, e riassegnati ad altri club.
- **RICICLAGGIO NUMERO:** nel caso che l'atleta dovesse terminare il sodalizio in numero che gli era stato assegnato rimane al club e può essere a questo punto riassegnato ad un altro socio atleta.
- Il club può distribuire i numeri di gara sia a promozionali e sia ad agonisti.
- Il numero deve anche essere collocato su entrambi i lati del casco e sul lato posteriore altezza spalle.
- In alternativa su casco può essere applicata una calotta in tessuto con i colori sociali della squadra recante tali numeri sui due lati.
- I numeri devono essere in contrasto e ben visibili rispetto i colori sociali.
- Le dimensioni sulle spalle sono minimo cm 10 x10
- Le dimensioni sul casco minimo cm 6 x 6
- Consigliato per la stampa il Font ARIAL BOLD.
- In presenza di grossi flussi promozionali o in presenza di nuovi club, al primo anno la direzione Nazionale Freestyle, per gli eventi di calendario ufficiale, fornirà delle calotte numerate, in comodato uso per l'intera durata della manifestazione. Tali numeri applicati sui due lati della calotta copricasco dovrà essere utilizzato per l'intera durata della manifestazione.
- Le calotte copricasco saranno fornite negli eventi AGILITY e SALTO.
- Nella gara di speed slalom è obbligatorio avere i numeri sui pantaloncini.
- Nelle gare di style slalom, livelli e coppia, i numeri non sono obbligatori.

ART. 3 ATTIVITÀ PATTINAGGIO FREESTYLE

- Nel pattinaggio freestyle AICS con il codice S337 si identifica attività promozionale e agonistica, suddivisa in categorie per fasce di età e sesso.
- L'attività di base si configura sulle 3 discipline fondamentali: Agilità, Slalom, Salto.
- In Aics non vi sono limitazioni per la tipologia di pattino utilizzato nelle competizioni, sono esclusi tavole da skateboard e attrezzi con ruote non allacciati o vincolati ai piedi come i free-line, e tutti gli articoli spinti a motore o elettricamente. Tuttavia ogni club in fase di allenamento ha facoltà di utilizzare ogni tipologia di acceleratore di velocità che ritiene opportuno per sviluppare attività motoria e di equilibrio.

- I promozionali rappresentano un insieme di pattinatori, di ogni età. Si trovano ad un livello inferiore come preparazione atletica, agilità, equilibrio rispetto gli agonisti. Tuttavia è possibile che un atleta si comporti da principiante in alcune discipline nel contempo su altre discipline si trova in ottimo stato atletico agonistico.
- Aics Freestyle ammette che un concorrente possa partecipare in ambiente agonistico e promozionale.

ART. 4 TABELLA DEGLI SPORT AICS S337

Come mostrato nella tabella le crocette identificano quali sport possono o non possono essere svolti in competizione fra fasce agonisti e promozionali, sono inseriti anche quali sport vogliono obbligo di protezioni.

SPORT	DISCIPLINA	SIGLA	AGO	PROMO	CASCO	GINOCCHIERE	POLSIERE
Agilità	Cross parallelo	CRP	X	X	X	X	X
	Cross Superfinal	CRS	X	X	X	X	X
	Destrezza 2014	DE14	X	X	X		X
	Destrezza 2015	DE15	X	X	X		X
	Relay	RELAY	X		X	X	X
	Roller cross	RC	X	X	X	X	X
	Skate slalom	SK	X	X	X	X	X
	Staffetta	ST		X	X	X	X
Corsa	Sprint 250	C250		X	X		
	Sprint 500	C500	X		X		
Salto	Free Jump	FJ	X		X		X
	High Jump	HJ	X		X	X	X
	Junior Jump	JJ	X	X	X	X	X
Slalom	Gruppi spettacolo	GSF	X	X			
	Speed slalom	SP	X				X
	Style slalom	ST	X				
	Style slalom coppia	PAIR	X				X
	Style Slalom Livello	STL	X	X			X

Figura 1

ART. 5 CERTIFICAZIONE MEDICA

- Dagli 8 anni in avanti la certificazione medica sportiva è obbligatoria per tutti per partecipare alle competizioni.
- Le fasce Cuccioli da 4 a 7 anni non potendo essere controllati dalla medicina sportiva, non affronteranno mai attività prolungata nel tempo ed il livello di difficoltà proposto è misurato alle loro capacità aerobiche.
- Prima degli 8 anni i club devono richiedere il certificato del medico di Famiglia, il quale può suggerire eventuali controlli con esame ECG (Elettrocardiogramma).
- In argomento di certificato medico sportivo, Aics, essendo ente di promozione riconosciuto da Coni, gode della convenzione con la Sanità nazionale, e gli istituti di controllo e certificazione devono rilasciare gratuitamente l'attestato di idoneità annuale che tutti i club devono chiedere e tenere negli archivi, in caso di controllo. Per i maggiorenni in cui tale servizio è disponibile solo a pagamento, suggeriamo di verificare l'esistenza di convenzioni, stipulate in quasi tutti i comitati provinciali AICS.

- Per le sole gare promozionali In casi particolari è possibile far partecipare Cuccioli di 7 anni accorpati ai Giovanissimi promo. Questa deroga è concessa ai club se riscontrano di avere giovani talenti di elevate prestazioni, perché già pattinatori con 2,3 anni di esperienza sarà possibile la migrazione solo alla categoria successiva.

ART 6 CATEGORIE E CODICI

I codici delle categorie sono utilizzate nel programma di gestione gara. Permette di ordinare la sequenza di discesa in pista, e risolve anche gli eventuali accorpamenti di categoria. I codici sono utilizzati dalla segreteria GUG.

Nota bene categoria Cuccioli A sono accorpati maschi e femmine, hanno lo stesso codice.

- Promozionali 17 categorie.
- Agonisti 14 categorie.

Nelle Staffette e Relay o eventualmente in altre gare Agidity sono utilizzate macro categorie, cioè vengono accorpati gruppi di età per rendere sostenibili eventi che richiedono molte squadre o gruppi per comporre batterie.

La tabella mostra le categorie per tutte le gare individuali.

PROMOZIONALI					
ETÀ	ANNO	FEMMINILI	CODICE	MASCHI	CODICE
4	2012	CUCCIOLI A	P01	CUCCIOLI A	P01
5	2011	CUCCIOLI A	P01	CUCCIOLI A	P01
6	2010	CUCCIOLI B	P02	CUCCIOLI B	P03
7	2009	CUCCIOLI B	P02	CUCCIOLI B	P03
8	2008	GIOVANISSIMI	P04	GIOVANISSIMI	P05
9	2007	GIOVANISSIMI	P04	GIOVANISSIMI	P05
10	2006	ESORDIENTI	P06	ESORDIENTI	P07
11	2005	ESORDIENTI	P06	ESORDIENTI	P07
12	2004	RAGAZZI	P08	RAGAZZI	P09
13	2003	RAGAZZI	P08	RAGAZZI	P09
14	2002	ALLIEVI	P10	ALLIEVI	P11
15	2001	ALLIEVI	P10	ALLIEVI	P11
16-18	2000-1998	JUNIORES	P12	JUNIORES	P13
19-29	1997-1987	SENIORES	P14	SENIORES	P15
OVER 30	1986-1950	SENIORES	P14	SENIORES	P15

Figura 2

AGONISTI					
ETÀ	ANNO	MASCHILI	CODICE	MASCHI	CODICE
8	2008	GIOVANISSIMI	A01	GIOVANISSIMI	A02
9	2007	GIOVANISSIMI	A01	GIOVANISSIMI	A02
10	2006	ESORDIENTI	A03	ESORDIENTI	A04
11	2005	ESORDIENTI	A03	ESORDIENTI	A04
12	2004	RAGAZZI	A05	RAGAZZI	A06
13	2003	RAGAZZI	A05	RAGAZZI	A06
14	2002	ALLIEVI	A07	ALLIEVI	A08
15	2001	ALLIEVI	A07	ALLIEVI	A08
16-18	2000-1998	JUNIORES	A09	JUNIORES	A10
19-29	1997-1987	SENIORES	A11	SENIORES	A12
OVER 30	1986-1950	SENIORES	A11	SENIORES	A12

Figura 3

TABELLA STAFFETTE E RELAY

STAFFETTE E RELAY	
CUCCIOLI A	CUCCIOLI
CUCCIOLI B	
GIOVANISSIMI	PICCOLI
ESORDIENTI	
RAGAZZI	MEDI
ALLIEVI	
JUNIOR	GRANDI
SENIORES	
MASTER	

Figura 4

ART. 7 ATTIVITÀ

Cenni generali fra passaggio attività promozionale a quella a agonistica

Nel settore S337 sono proposti svariati moduli finalizzati per l'addestramento ed il coordinamento ludico motorio dei più giovani o coloro che sono ancora nella fase iniziale di apprendimento.

Tutti i docenti devono essere muniti di certificazioni rilasciate o dall'Aics, o dalla federazione di Pattinaggio Fihp. Non è ammesso insegnare privi dei requisiti fondamentali senza attestati.

La fascia promozionale si compone di tutti i principianti che si avvicinano al pattinaggio e frequentano i corsi di base. Per portare queste persone agli appuntamenti promozionali di piccole competizioni è necessario innanzitutto che tutti possiedano il certificato di idoneità sportiva a partire dagli 8 anni, età cui per legge possono essere svolte esami per abilitare alla pratica Agonistica.

A livello tecnico/formativo è fondamentale che abbiano provato in fase di allenamento i percorsi di destrezza ed i percorsi di cross e staffetta almeno qualche volta all'interno dei corsi che i club solitamente promuovono durante la stagione. Importante che gli allenatori spieghino come sono strutturate le partenze e le buone norme di comportamento nelle gare a batterie, cioè quelle non individuali. È importante anche che abbiamo provato le staffette con i cambi con uso di testimone, in modo che questa attività non sia pericolosa se provata la prima volta in gara. È fondamentale che i principianti siano addestrati agli scavalchi, i dossi, i bank to bank da 30 cm di altezza, e sappiano anche superare rampette da 30 cm. Fondamentale anche che abbiamo provato in fase di formazione i pali snodati, perché lo skate slalom è una delle principali attività che vengono promosse durante gli eventi competitivi promozionali.








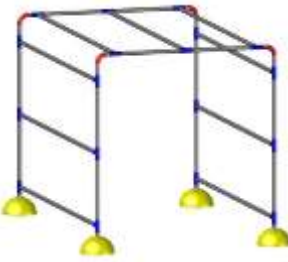


Gli orari di attività previsti per la fascia promozionale non devono superare le 5 ore complessive.





I club pertanto per la formazione giovanile sono invitati procurarsi una dotazione di attrezzature di ostacoli: scavalchi, i pali snodati, le rampe, le gimkane, i percorsi per creare il "campo minato", oppure articoli per addestrare anche la velocità, che in AICS si sviluppa nella formula Destrezza con 4, 5 bocce per riferire le curve.

Tutte le attrezzature impiegate, fatta eccezione per rampe e pali snodati, e sagome morbide (salami), sono reperibili presso negozi di fornitura di articoli sportivi. Nella tabella sono riportate immagini dei principali ostacoli necessari alla formazione sportiva, che ovviamente devono essere impiegati in gara.

Figura 5

<p>Cinesini poliuretanici, coni delimitatori. Si creano percorsi da slalom, sono utili come riferimenti per le curve. Leggeri, economici, trasportabili, poco pericolosi.</p>	<p>Possono essere fatti in diversi colori, sono molto bassi, circa 4 cm, diametro 20 cm. Molto tascabili.</p>	
<p>Coni forati con base. Possono essere forniti con ulteriori accessori per realizzare svariati percorsi di agility. Sono proposti in diverse misure. Sono un po' ingombranti, pesanti e costosi, si consiglia di stocarli in palestra.</p>		

<p>Coni senza base, possono avere un intaglio nella base superiore, od essere piatti per consentire di comporli su due o più terrazze, per fare un muretto.</p>	<p>Sono alti 25 cm ed hanno base di 11 cm, facilmente trasportabili, si impilano ed occupano poco spazio, si possono alloggiare in una borsa anche 40 unità.</p>	
<p>Conetti dal slalom. Possono avere la bassetta, essere forati o meno, in gara si usa quello senza base. Diametro 75 mm H= 80 mm; diametro superiore 15 mm</p>		 <p>cono da gara AICS, senza base con foro superiore, in poliuretano morbido flessibile 50 sh A.</p>
<p>Scavalchi PLASTICI Diametro tubi forati 30mm Altezze da gara 10, 20, 30 cm. Prodotto commerciale reperibile in forniture sportive da calcio.</p>	<p>gli scavalchi metallici non possono essere utilizzati in gara, facoltativi solo in allenamento a responsabilità dei club.</p> 	 <p>Sono collassabili e non arrecano traumi all' impatto perché sono sganciabili.</p>
<p>Sagome, si possono adottare scatole di cartone ondulato. Economiche ripiegabili, di facile trasporto. Possono essere colorate per migliorare la visibilità.</p>		 <p>i sacchi elastici portafoglie sono pratici, ripiegabili, economici, devono essere zavorrati all' interno con circa 4 kg di peso.</p>
<p>TUNNEL, interamente in plastica, collassabile, costruito con i tubi da 25mm degli impianti elettrici e accessori. Viene poi rivestito con un telo artigianale che lo aiuta a mantenersi più stabile. H da 90 a 120 profondità 140 cm largo 100 cm</p>		<p>4 moduli verticali 9 moduli orizzontali 4 raccordi a curvi 18 raccordi a T 4 piedistalli semisferici(calotte) 1 rivestimento in tessuto esterno</p>
<p>Ostacoli per jump salto a secco con aste graduate.</p>		<p>Sono molto pratici per organizzare giochi di abilità come il Limbo, cioè chi riesce a transitare al di sotto dell' asta alla quota più bassa senza toccare le ginocchia e mani e senza cadere all' uscita.</p>
<p>Rampa per high jump</p>		<p>ALTEZZA CATETO = 45 LUNGHEZZA CATETO =144 LARGHEZZA =90 CM</p>

<p>Rampa per Junior Jump</p>		<p>ALTEZZA CATETO = 30 LUNGHEZZA CATETO =116 LARGHEZZA =90 CM</p>
<p>BANK TO BANK in legno</p>		<p>H=30 ALTEZZA L1= 300 LUNGHEZZA COMPLESSIVA L2= 90 LARGHEZZA</p>
<p>BANK in legno</p>		<p>H=30 CATETO L1= 100 CATETO L2= 90 LARGHEZZA</p>
<p>Palo snodato La boccia pesa 9,7 kg Ha una piastra in ferro da 15 mm e la calotta un riempitivo in monetine di ferro. La canna è tubo da elettricità da 25mm, la molla a doppio diametro ha sez 4,4 mm in acciaio al silicio. La stecca è lunga 170 cm e la schiuma di rivestimento esterna 200 cm.</p>		<p>Boccia plastica \varnothing 20 cm piastra in Fe 360 15 mm Canna \varnothing 25 mm h 170 cm Molla esterna \varnothing 20 \varnothing30 H 20cm sez 4,3 mm Rivestimento canna in pu morbido per assorbire impatto in viso \varnothing 25 interno \varnothing 30 esterno (sez. 5mm). Si colora con nastri adesivi. Giallo e rosso per skate slalom.</p>

ART 8 AGILITÀ

Sono contemplati 22 moduli di attività e hanno in comune l'uso di ostacoli di diversa tipologia. Possono essere praticate in ambienti aperti o chiusi come palestre o palazzetti sportivi di generose dimensioni.

I club potranno optare di organizzare gli eventi di Agilità in base alle seguenti variabili:

- Attrezzatura che si riesce a disporre
- Il numero dei partecipanti iscritti
- Sistemi di cronometraggio disponibili nella ragionevolezza dei costi.

I circuiti di velocità come la destrezza impegnano pochissima attrezzatura.

Agilità obbliga uso di protezioni per **CASCO, POLSIERE, GINOCCHIERE**, facoltativi gomitiere, paragenti, paraschiena, pantaloncini rinforzati con assorbitori d'urto.

Lo schema in figura 1 illustra tutte i modelli di attività dell'AICS freestyle per Agilità.

ART. 9 SCHEMA DEGLI SPORT DI AGILITÀ

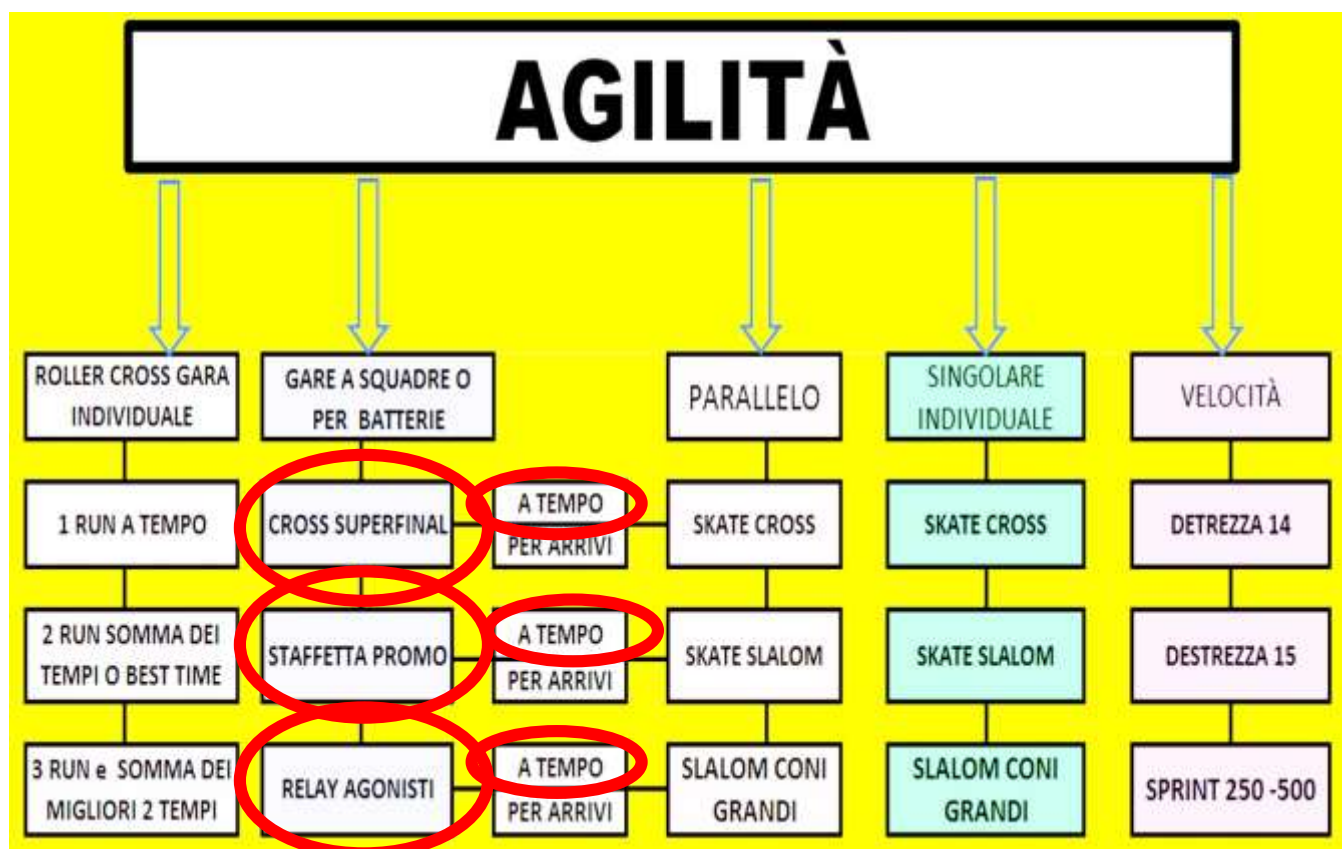


Figura 6

Per la gara di GOTTOLENGO sono stati selezionati i 3 moduli.

CROSS SUPERFINAL 1 SOLA GARA A TEMPO PER PROMOZIONALI E AGONISTI

STAFFETTA PROMOZIONALE E RELAY AGONISTI CON BATTERIE CHE SVOLGONO LA MANCHES A TEMPO DELLA QUALIFICA PER LA FINALE.

LA FINALE SI COMPIRÀ PER ARRIVI .

I 4 MIGLIORI TEMPI ANDRANNO A SVOLGERE FINALE GRUPPO A

DAL 5° ALL 8° TEMPO ANDRANNO A SVOLGERE FINALE GRUPPO B

DAL 9° AL 12° TEMPO ANDRANNO A SVOLGERE FINALE GRUPPO C

DAL 13° AL 12° TEMPO ANDRANNO A SVOLGERE FINALE GRUPPO C

ART. 10 CROSS SUPERFINAL



Figura 7

Percorso modulare che parte da un minimo di 20x 40 metri. E' un circuito ad anello standard che può presentare varianti sugli ostacoli. Dovranno essere previsti tunnel, gimkane e salti per smorzare la velocità.

Il percorso deve essere delimitato nelle corsie, possibilmente con cinesini, facili da posare e innocui nell'eventuale contatto con pattini o altro. La zona di partenza deve essere ben delimitata con i nastri. 1 metro dietro al quadrato di partenza deve essere segnata una linea, per poter collocare coloro che hanno commesso una falsa partenza. La linea di Arrivo deve essere delimitata per tutta la lunghezza della corsia e il nastro deve avere colore in assoluto contrasto con il colore della pavimentazione. Attraversamenti di cavi elettrici o informatici, devono essere protetti con appositi copri cavi previsti dalle leggi per l'antifortunistica e devono essere collocati sotto i materassini circolari, che vengono scavalcati. I copri cavi devono essere fermati con nastri adesivi. Le curve devono essere protette con materassi o protezioni che rendano sicuri gli eventuali impatti da parte dei concorrenti. Gli addetti di pista si devono posizionare all'interno del tracciato, e possono intervenire al ripristino del percorso solo se non stanno transitando atleti in quel momento. Un eventuale incidente per contatto fra atleta e addetto di pista comporta la ripetizione della gara.

ART. 11 PERCORSO

Si compongono batterie da 2, 3, 4 concorrenti, per ogni categoria m/f, il circuito è descritto nel disegno mostrato in precedenza. Con corsie inferiori ai 5 metri si compongono batterie da 2, 3 concorrenti. In base allo sviluppo del circuito, in genere 98 metri in un 20 x 40, si devono dichiarare nell'annuncio di gara i numeri di giri da far svolgere ai concorrenti, in maniera tale che anche il programma di gara di competenza del Gug sia correttamente compilato per la competizione. Le fasce principianti promozionali, devono svolgere da 1, ad un massimo di 3 giri, non superando il limite dei 250 metri complessivi.

Gli agonisti Juniores e Seniores possono percorrere un massimo di 5 giri, consigliato nelle finali GRUPPO A.(500 metri massimo)

I numeri di giri devono essere sempre modulati fra le categorie, tenendo presente che i master non possono svolgere più di 3 giri.(Consigliato 3 giri finale A e 2 giri le altre finaline, compresa la qualificazione).

Generalmente si progetta un circuito con 2 giri: GIO+ESO; 3 giri: Master-RAG-ALL; 4 giri: JUN e SEN.

E' Possibile anche creare situazioni in cui dalle finali B,C in poi il numeri di giri è decurtato (-1giro).

Figura 8

CROSS SUPERFINAL AGONISTI GARA A TEMPO PER GOTTOLONGO	
CATEGORIA	DISTANZA
GIOVANISSIMI	3 GIRI
ESORDIENTI	3 GIRI
RAGAZZI	3 GIRI
ALLIEVI	3 GIRI
JUNIORES	4 GIRI
SENIORES	4 GIRI
MASTER	3 GIRI

ART 12 TABELLA DISTANZE CROSS SUPERFINAL
CROSS SUPERFINAL PRINCIPIANTI GARA A TEMPO PER GOTTOLONGO

CATEGORIA	DISTANZA
CUCCIOLI A	2 GIRI
CUCCIOLI B	2 GIRI
GIOVANISSIMI	2 GIRI
ESORDIENTI	3 GIRI
RAGAZZI	3 GIRI
ALLIEVI	3 GIRI
JUNIORES	3 GIRI
SENIORES	3 GIRI
MASTER	3 GIRI

Figura 9

GOTTOLENGO 13 MARZO

STAFFETTE

RELAY

STAFFETTA PER PROMO

NECESSITANO CALOTTE
COLORATE PER OGNI
SQUADRA CON NUMERO DA 1
A 4

MODULO A TEMPO
QUALIFICAZIONE

FINALI ALL FINALS

STAFFETTE

- RISERVATA AI PROMOZIONALI CON USO TESTIMONE
- MACROCATEGORIE
- USO CALOTTE COLORATE ABBINATE PER COLORE AI TESTIMONI

RELAY

- SOLO AGONISTI
- CAMBIO AMERICANA
- APPLICAZIONE FALSE PARTENZE

PERCORSO

2 GIRI TUTTE LE SQUADRE

8 GIRI COMPLESSIVI

ART. 13 RELAY e STAFFETTA

Adotta il medesimo percorso del cross superfinal con la variante che gli atleti che non stanno gareggiando, ma sono in attesa del cambio, devono sostare all'interno del circuito.

La staffetta è una gara riservata alle categorie Promozionali, mentre la Relay è riservata ai soli agonisti. (Maggiori di 8 anni).

Nella Relay le squadre sono composte da 4 atleti che devono compiere 8 giri complessivi, 2 giri ad atleta. Gli atleti sono numerati dall'1 al 4, partono sempre per primi i numeri 1 che danno il cambio mediante contatto al numero 2 il quale cambierà con il 3 che cambierà con il 4; il 4 cambierà con il n. 1 ricominciando il secondo giro. Quindi ogni concorrente, compie sempre e solo un giro di pista per volta e dà il cambio al proprio compagno di squadra mediante contatto del corpo (mani). Agli allenatori è riservato uno spazio in prossimità della zona cambio, in esterno pista, e al termine della gara in caso di infrazioni riceveranno le motivazioni delle eventuali squalifiche dal Giudice Arbitro. Non sono ammesse contestazioni, vengono solo date le informazioni relative all'accaduto e le decisioni arbitrali conseguenti.

CATEGORIE RELAY	M+F
GIOVANISSIMI	PICCOLI
ESORDIENTI	
RAGAZZI	MEDI
ALLIEVI	
JUNIORES	GRANDI
SENIORES	
MASTER	

Figura 11

ACCORPAMENTO AMMESSO		
3 PICCOLI	+	1 MEDIO
3 MEDI	+	1 PICCOLO
3 MEDI	+	1 GRANDE
3 GRANDI	+	1 MEDIO

Figura 10

IN ULTIMA PAGINA TROVATE TABELLA COMPOSIZIONE BATTERIE.

AGILITA

CROSS A SQUADRE

STAFFETTA

CATEGORIE PROMOZIONALI

USO DEL TESTIMONE PER IL CAMBIO

In questa disciplina partecipano anche i cuccioli A e B in una macrocategoria chiamata CUCCIOLI

Gara più flessibile nel contesto arbitrale, non vengono date squalifiche per false partenze.

giri 8

2 GIRI PER CONCORRENTE

OGNI GIRO UN CAMBIO

ART. 14 STAFFETTA PROMOZIONALE

Le squadre sono composte da 4 atleti che devono compiere 8 giri complessivi, 2 giri ad atleta. Gli atleti sono numerati dall'1 al 4, partono sempre per primi i numeri 1 che danno il cambio passando il testimone al numero 2 il quale cambierà con il 3 che cambierà con il 4; il 4 cambierà con il n. 1 ricominciando il giro.

Gli ostacoli devono essere semplici e modulati per gruppi di età essendo una gara riservata ai principianti. Gli allenatori, uno per squadra possono sostare in centro pista, e se muniti di pattini devono indossare il casco.

La staffetta presenta le stesse caratteristiche della RELAY in termine di svolgimento, possono essere svolti moduli per arrivi o a tempo.

Nella categoria cuccioli nonostante sia stilata una classifica per piazzamenti o tempo, i partecipanti per le cerimonie di premiazione andranno classificati tutti pari merito e premiati nella stessa misura, coppe, medaglie, attestati, gadget.

L'investimento di tempo per la preparazione tecnica alle staffette di questa giovane fascia di categoria deve essere moderata, non si deve esaltare agonismo. Il compito dei formatori è spiegare bene come funziona il passaggio testimone come ci si deve disporre durante la fase del cambio, senza cioè che si creino delle barriere umane che impediscono la fluidità di gara e compromettano la sicurezza dei bambini.

Figura 12



EVITARE DI CAMBIARE COME IMMAGINE IN FIGURA

BRACCIO CHE RICEVE DESTRO DEVE RICEVERE IL TESTIMONE ROSSO DA UN BRACCIO SINISTRO E NON DESTRO.

ART 15 REGOLE GENERALI SUPERFINAL, STAFFETTE E RELAY

- 1) **FALSA PARTENZA:** il concorrente viene retrocesso alla seconda riga di partenza posta a 1 metro dal quadrato. Nell'ipotesi in cui 3 concorrenti su 4 hanno compiuto una falsa partenza, dalla successiva falsa partenza scatta la squalifica dalla gara (per tutta la squadra), ed il concorrente si colloca a centro pista.
Un concorrente che commette comunque 2 false partenze viene escluso dalla gara (insieme alla sua squadra nella relay). In questo caso non prenderanno parte alla finale e saranno esclusi dalla classifica.
Se la gara viene fermata dallo starter, si devono riassumere le medesime posizioni di partenza e verranno tenute in memoria le penalità. Nel caso che i partenti siano solo 3, la regola della squalifica sarà applicata dopo il secondo indietro. Con 2 partenti, dopo la prima falsa si escluderà l'atleta che commette la prossima falsa partenza. Se è una finale 1 solo atleta non gareggia, se deve compiere la qualifica a tempo allora dovrà gareggiare da solo. In tutti i casi di esclusione atleti i quadrati vuoti di partenza rimangono vacanti, non è ammesso scalare.
- 2) Penalty per essersi presentato in ritardo alla partenza
- 3) Contatto fra atleti con conseguente caduta, comporta la squalifica della squadra per quella batteria, retrocessione all'ultimo posto della classifica per la gara a tempo, o retrocessione nell'ultima finale se previste due gare. Non sono ammesse sgomitare, trattenute, e contatti intenzionali; sono ammessi lievi contatti involontari. Chi provoca intenzionalmente una caduta è squalificato e retrocesso.
- 4) Errore di cambio: il mancato cambio per contatto o il mancato passaggio del testimone comporta la squalifica per l'intera squadra che sarà retrocessa all'ultimo posto di quella batteria. Il cambio deve essere effettuato fra l'inizio del rettilineo e l'ingresso nel tunnel. Gli atleti si devono spingere "all'americana" ma in caso di problemi nel cambio basta che chi arriva tocchi con la mano, il compagno, in una qualunque zona del corpo.
- 5) Fallo di percorso, non si può tagliare il percorso. Nel caso in cui un atleta viene urtato o buttato fuori, oppure nel caso in cui gli ostacoli siano stati spostati da altri atleti e per ragioni di sicurezza è costretto a uscire dal percorso, la GIURIA deve valutare se il concorrente si sia effettivamente avvantaggiato tagliando il percorso, SOLO in quella circostanza viene emessa squalifica per fallo di percorso. (L'atleta dovrebbe, se possibile, dall'esterno rientrare a monte del percorso tagliato e ripercorrerlo).
- 6) Atleti che insultano, inveiscono o aggrediscono altri concorrenti saranno estromessi dalla competizione, i falli di reazione sono puniti con la squalifica.
- 7) Ostruzione in fase di cambio: gli atleti devono effettuare i cambi più rettilinei possibile, senza tagliare la strada, e chi ha cambiato non deve avere contatti con chi sopraggiunge, il rientro al centro pista può essere fatto anche passando nuovamente dai tunnel, rientrando dalla curva, sempre senza creare ostacolo agli avversari in gara. E vietato pattinare contromano in fase di rientro. Nelle staffette promozionali i concorrenti che ricevono il testimone devono disporsi a pettine e non creare una barriera a muro con il loro corpo per favorire la via di fuga e un corretto cambio per chi sta arrivando.
I cambi degli agonisti andrebbero effettuati secondo le traiettorie dell'ordine di partenza quando si presentano situazioni di raggruppati.
- 8) Allenatori che non osservino le regole di indossare il casco nelle fasi di training dentro il campo di gara oppure non lo mettano all'interno della pista per le attività promozionali saranno squalificati per tutta la manifestazione e dovranno accomodarsi in tribuna. Un altro allenatore delegato sostituisce gli espulsi.
- 9) Scaduti i termini per presentare la conferma atleti con le relative modifiche varianti composizione delle staffette, le squadre che si presentano senza un componente saranno estromesse dalla competizione.
- 10) La staffetta deve presentare un quinto riservista, ammesso che possa svolgere due competizioni su macro categorie diverse, in caso di infortunio di un componente, la staffetta nella seconda gara dovrà essere composta

solo ed esclusivamente dalla lista pre-iscritti. L'ordine di partenza può solo essere modificato inserendo il riservista al posto dell'atleta assente.

- 11) Atleti giunti in ritardo nell'impianto di gara e scaduti i termini dei tempi di warm-up prova pista non potranno richiedere di effettuare ulteriori prove.
- 12) Atleti sprovvisti delle protezioni obbligatorie saranno estromessi dalla competizione.
- 13) Atleti che dopo il colpo di fischietto dello starter che avvisa imminente partenza della prossima partenza, si trovano ancora in pista saranno ammoniti. La seconda ammonizione comporta esclusione dalle classifiche anche della gara precedente. (In quel caso non saranno scalate le posizioni di classifica).
- 14) Atleti sprovvisti di assicurazione sportiva non prenderanno parte alle competizioni.
- 15) L'arrivo è determinato dalla prima ruota del pattinatore che interseca la linea del traguardo posta in centro pista lunga 5 metri. Arrivi fuori dalla delimitazione non saranno considerati, perché risulteranno fuori dal campo visivo della telecamera.
- 16) La campana avvisa che si sta percorrendo l'ultimo giro per il primo concorrente che è davanti a tutti.
- 17) Gli atleti doppiati devono dare precedenza agli altri concorrenti, non possono compiere gioco di squadra facendo ostruzione a chi è in testa.
- 18) Il casco protettivo deve essere rimosso dopo che si usciti dalla pista e bisogna consegnare le calotte colorate agli addetti.
- 19) Qualora il cronometraggio non abbia avuto esito positivo per una lettura tempo, la batteria dovrà ripetere la gara, eccezione fatta se il concorrente con tempo mancante sia stato squalificato per qualche penalty, in questo caso accede in finalina "no time", e le batterie saranno nuovamente sorteggiate per le posizioni di partenza.
- 20) I tempi effettuati nelle superfinal e gare a squadre oltre a stabilire i criteri di avanzamento stabiliscono le posizioni di partenza sui quadrati. Miglior tempo parte da posizione interna rossa, poi verde, giallo, blu. Vietato scambiare posizioni.

ART. 16 RUOLO STARTER E LE PARTENZE



Figura 13

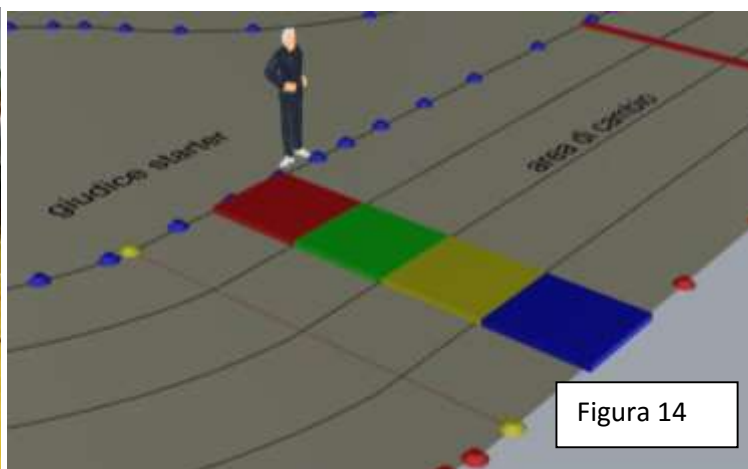


Figura 14

La partenza può essere tracciata sia al fondo della pista (figura a sx) o dove inizia il primo tratto rettilineo (figura dx). E' importante tracciare i quadrati di partenza almeno cm 80 x 80 e una riga posta dietro a 1 metro di distanza per far compiere arretramento a coloro che commettono la falsa partenza (LINEA DI ARRETRAMENTO O DI FALSA PARTENZA).

I comandi di partenza sono: AI POSTI-PRONTI-BEEP (START) e devono essere dati da un componente di giuria (Starter). Questa figura ha il compito di avvisare dopo che ogni batteria ha concluso la gara (30 secondi) con due brevi colpi di fischietto, che sta per iniziare la nuova gara. Nel frattempo lo starter ha preparato la nuova batteria, ha posizionato correttamente i concorrenti negli spazi colorati che sono stati assegnati, ma verifica che i colori copricasco siano stati assegnati correttamente dagli addetti della entry door. (Porta di ingresso atleti) pertanto li chiamerà per nome e li inviterà a prendere posizione di partenza. Appena la gara in corso è terminata attende che l'arbitro abbia convalidato la gara, e che gli arrivi siano stati presi correttamente, dopodiché con il colpo di fischietto (due brevi suoni) comanda lo sgombero immediato della pista e si avvia da re i comandi della nuova gara.

Con il comando "ai vostri posti", i concorrenti si posizionano dentro i quadrati, senza superare la riga e senza invadere gli altri spazi. Con il comando "pronti" gli atleti devono restare fermi, e fra un tempo di 0,8-1,2 secondi deve azionare il comando acustico del via, che essendo collegato al trasponder elettronico acustico, si sincronizza lo start time al computer ed ai master dei cronometristi.

Lo starter ha anche il compito di sorvegliare i concorrenti partiti sino alla prima curva entro l'ingresso dei tunnel.

Se rileva delle cadute involontarie perché gli atleti si sono incrociati, ha il dovere di fischiare, fermare la gara e far riprendere la partenza senza che vengano assegnate penalty.

Una penalty viene assegnata dallo starter se un concorrente si presenta in ritardo alla partenza.

Su 4 concorrenti alla partenza, dopo che il 3° viene arretrato, dalla quarta falsa partenza gli atleti che commettono falsa partenza saranno esclusi dalla competizione senza classifica. Saranno considerati "NON PARTITI".

La stessa regola si applica con meno di 4 concorrenti, cioè con 3 dopo 2 false, con 2 atleti, si esclude dopo il primo arretramento.

Nell'ambiente promozionale lo starter deve evitare di comminare false partenze, tranne per casi molto particolari o per concorrenti più adulti armati di spirito di protagonismo. La partenza nei principianti deve essere educativa e non

punitiva. L' arretramento può essere sostituito con un breve richiamo verbale. Ad ogni falsa partenza o ripetizione, lo starter deve assicurarsi che i cronometristi abbiano azzerato i cronometri.

Dopo che gli atleti hanno superato il tunnel al primo giro, lo starter non deve più controllare la gara, ma deve radunare e controllare i prossimi partenti, verificando anche se sono dotati delle protezioni obbligatorie, e se in ambiente promozionale i piccini le hanno allacciate correttamente. Lo starter può farsi anche aiutare da qualche volontario dell'organizzazione per il controllo abbigliamento e protezioni.

Durante la partenza si deve chiedere qualche istante di silenzio da parte del pubblico spettatore e dall' impianto audio. Lo starter può essere dotato anche di microfono collegato all' impianto audio generale.

ART. 17 RUOLO GIUDICE ARBITRO SUPERFINAL E GARE A SQUADRE

Non deve occuparsi delle partenze e delle funzioni di segreteria.

Controlla che il tracciato rispetti criteri di sicurezza e che le metrature delle corsie siano maggiormente ampie possibile. (6 metri max. 5 metri minimo)

Deve progettare insieme alla responsabile di segreteria il metodo di discese in pista in gara, e lo deve comunicare all'inizio della manifestazione durante la riunione con i team leader. L' arbitro non è tenuto a spiegare i regolamenti, fatta eccezione se fugare qualche dubbio di interpretazione da parte dei team leader, ma deve fornire gli orari e le modalità di discesa in pista, se prima le categorie giovanili o meno, e come si svolgerà il warm up in quanto tempo e con quale modalità e quali orari.

L' Arbitro durante la gara deve controllare le infrazioni, segnalarle nel foglio di gara come appunti, e comunicarle allo speaker e ai coach a termine gara. I coach si devono disporre in una specifica area, all' esterno pista in zona cambio.

L' arbitro a fine di ogni batteria si consulta con i due addetti di pista posti alle due curve per incrociare le informazioni della gara. L' arbitro ha il dovere di fermare la gara e farla anche ripetere, per questioni di sicurezza o infortunio degli atleti.

Gli atleti che si sono infortunati, durante la gara, ed è stata fermata per tentare di soccorrerli, dovranno abbandonare il campo, e sarà l'arbitro in base alle circostanze se prevista la seconda gara di farlo partecipare alle finaline degli ultimi.

Compito esclusivo dei coach di comunicare alla segreteria del gug, il ritiro degli atleti per infortunio o malessere o qualunque altra ragione di abbandono della gara.

Nella staffetta-relay e Superfinal la rottura degli attrezzi non è accolta nella prima parte di gara. L' atleta non prenderà parte alla gara se si presenta con dei problemi, queste gare non possono subire ritardi per la svogliatezza e l'incuranza dei pattini.

Se l'attrezzo si rompe in fase di gara il giudice arbitro vaglierà la situazione, se si tratta di qualche incuranza degli atleti, lacci male allacciati per fare un esempio l'istanza di ripetizione gara, non saranno accolte e verrà data squalifica.

La perdita delle protezioni attiverà l'arbitro a fermare la gara ed escludere il concorrente dalla gara. L' atleta, prima dell'intervento dell'arbitro, se si accorge del problema per non farsi squalificare, deve accostare, mettersi in una posizione di sicurezza e deve riallacciarsi le protezioni e può riprendere la gara da quella posizione.

Per ogni altra situazione non descritta, né prevista nel regolamento, l'arbitro ha il compito di risolvere ogni situazione che presenti rischio per gli atleti, tenendo presente che se oltre il 50 % dei concorrenti è a terra avrà facoltà di far ripetere la gara.

ART. 18 RUOLO SEGRETERIA GUG

Ha il compito di stilare la discesa in pista e affiggerla in bacheca, si occupa di sorteggi discese in pista, avendo il dovere di spostare concorrenti del medesimo club in batterie diverse, mantenendo il colore di posizione che il sorteggio ha dato. Nel caso la prima gara del mattino avesse una gara singola, individuale, è obbligata ad utilizzare quella ranking per le discese in pista della superfinal o delle staffette-relay.

Nelle relay la squadra avrà un valore ranking composto dalla somma algebrica dei singoli partecipanti. In quel caso il riservista non sarà conteggiato.

Compito della segreteria pubblicare i risultati parziali e la classifica definitiva prima delle cerimonie.

La segreteria Gug distribuisce le calotte numeriche per gli atleti sprovvisti di pettorale. Si occupa anche del ritiro.

Le calotte numerate possono avere anche una richiesta di cauzione di minimo 5 euro da parte della società organizzatrice.

La segreteria se rileva che nelle iscrizioni vi è un solo partecipante in una categoria, lo deve accorpare o in quella maschile-femminile oppure alla categoria successiva, effettuando scorporo di classifica a termine gara. La regola deve essere applicata ad entrambe le categorie Promozionali e Agonistiche.

ART. 19 GIUDICE DI ARRIVO

Si occupa di affiancare i cronometristi, compila il verbale di gara raccogliendo le infrazioni dettate dall'arbitro, e gli arrivi con eventuali tempi associati, si occupa di monitorare i giri e suona la campana dell'ultimo giro quando il primo concorrente in testa effettua il passaggio in prossimità della riga di arrivo come riferimento. Allerta i cronometristi di prelevare gli arrivi. Il giudice di arrivo controlla che i verbali di gara presentati dalla segreteria abbiano i numeri consecutivi di gara e che siano corretti i numeri di giri complessivi previsti per ciascuna categoria. Se si presentano irregolarità chiede al giudice arbitro di rifare.

ART. 20 RUOLO GIUDICI DI PISTA

Sorvegliano le curve, e leggono le infrazioni comunicandole all'arbitro a fine di ogni batteria. In caso di stretta necessità possono riposizionare qualche ostacolo in fase di gara. Si occupano anche di affiancare gli arrivi ai cronometristi e suonano la campana dell'ultimo giro. Il giudice di arrivo deve anche contare i giri avvisando i cronometristi quando prelevare gli arrivi. Tutti i fogli di gara devono avere descritto il numero di giri, ed ogni tipo di gara deve avere una numerazione progressiva. Il capo giudice d'arrivo compila il verbale di gara con i tempi e gli arrivi.

Gli arrivi li confronta con il giudice arbitro per verificare se ci sono squalifiche e retrocessioni all'ultimo posto.

ADDETTI DI PISTA

- Non sono giudici, ma funzionari per il ripristino degli ostacoli che si possono spostare in fase di gara.
- Non devono mai rischiare di farsi travolgere dai concorrenti. Se il circuito non è pronto hanno il dovere di avvisare arbitro e starter per ritardare la nuova partenza.

ART. 21 DIVISA DI GARA



In ambienti invernali si utilizza la felpa bianca maniche lunghe con stemma Gug.

In estate polo bianca maniche corte con colletti e logo gug.

Pantaloni blu, blu jeans, scarpe o bianche o nere , o blu.

Corredati di fischietto, cartellina,tablet.

Amnesso cappellino bianco in giornate di sole.

Figura 15

ART. 22 RUOLO ADDETTI ALLA ENTRY DOOR

Si occupano della distribuzione delle calotte colorate menzionate sul verbale di discesa in pista, collaborano e assistono lo starter per chiamare diversi minuti prima gli atleti che dovranno entrare in pista. Generalmente preparano almeno con anticipo 2 batterie. Si occupano anche di raccogliere le calotte degli atleti uscenti che hanno concluso la gara. La segreteria deve avere gran cura di fornire con priorità le discese in pista aggiornate alla Entry Door. Questi volontari specialmente sulla fasce promozionali devono controllare se le protezioni sono state indossate correttamente, aiutando talvolta a riposizionarle. Si devono assicurare che le numerazioni delle

calottine siano visibili lateralmente.

ART. 23 SPEAKER

Presenta al mattino i giudici, fornisce gli orari al pubblico di pausa pranzo, di cerimonie premiazione, di ripresa gara, di riunione giuria. Commenta la gara, e presenta i finalisti gruppo "A " che si devono togliere il casco per qualche istante prima della partenza (solo agonisti). è importante che si a munito di cartellina rigida e penna.

ART. 24 PUBBLICAZIONI CLASSIFICHE

Sulla pagina facebook : <https://www.facebook.com/groups/ROLLERCOMPETIONCUP/>

Oppure sul sito WWW.AICS.IT DISCIPLINE SPORTIVE-PATTINAGGIO FREESTYLE

La pubblicazione del calendario eventi, annunci di gara, discese in pista le troverete solo su Facebook.

Figura 17



ART. 25 MANIFESTAZIONI E IMPIANTI SPORTIVI

Gli impianti devono possedere metratura minima di metri 20x 40, e la superficie deve essere idonea per i pattini in linea. Non si devono presentare sporgenze e corpi contundenti che possano compromettere la sicurezza degli atleti.

Devono essere garantiti posti a sedere per gli spettatori e servizi igienici in rapporto alle capacità delle tribune.

I servizi igienici devono essere separati fra maschili e femminili e devono essere a norma per i portatori di handicap.

L'illuminazione artificiale ed il riscaldamento devono essere adeguati ad eventi organizzati nella stagione invernale.

L'impianto deve avere dotazione di un defibrillatore e deve essere segnalato nell'annuncio di gara il personale abilitato al soccorso, oltre il consueto servizio croce rossa con ambulanza ad intera copertura orario manifestazione.

Deve essere presente una sala infermeria dotata di lettiga, riscaldamento e servizio igienico con lavandino e acqua calda.

Peri campionati nazionali necessita sala antidoping.

Per l'intera durata della manifestazione deve essere garantito il materiale di consumo nei wc.

Per gli atleti devono essere riservati spogliatoi, servizi igienici con acqua calda e docce e panchine.

Necessita inoltre un bar interno che possa dare servizio di tavola calda oppure un servizio esterno privato anche ambulante.

ART. 26 MATERIALE PER LA GARA E LO STAFF

Stanza dotata di prese elettriche, con tavoli e sedie, 2 risme di carta formato A4, cartelline, stampante e toner di scorta, fotocopiatrice, nastro adesivo, calotte copricasco per i concorrenti.

Necessaria una bacheca per le affissioni e personale incaricato del servizio.

Podio e tavolo riservato per le cerimonie.

Tavolo per impianto audio.

Tavoli, almeno 2 per i cronometristi.

Tavolo per le gare superfinal e relay per la entry door, campana e calotte copricasco colorate, contagiri.

Volontari per segnalare i giri e ripristinare i percorsi e per le cerimonie.

Impianto audio e microfono e podio per le cerimonie.

Possibilità di affiggere striscioni istituzionali.

Prevedere di fornire pasti a tutto lo staff durante la pausa pranzo.

ART. 27 RECLAMI NON AUTORIZZATI

Non sono ammesse contestazioni sulle squalifiche comminate dal giudice arbitro, o sulle false partenze decretate dallo starter.

Non sono ammessi reclami sulle valutazioni di style slalom. Non possono essere contestati gli arrivi dei cronometristi e i tempi che sono stati rilevati. La società sportiva che intende muovere una contestazione ne ha diritto se intende: verificare delle discese in pista prima che sia iniziata la gara. Verificare le classifiche dopo l'affissione, ma prima dell'inizio delle cerimonie. Verificare gli avanzamenti nelle finali. Verificare l'esclusione di qualche atleta che aveva diritto di partecipare.

Inoltre durante le cerimonie gli atleti che si sono assentati o sono tornati a casa non hanno diritto di delegare la società per il ritiro del premio.

ART. 28 SANZIONI DISCIPLINARI

Nel caso dovessero verificarsi comportamenti ritenuti non idonei sul campo di gara e durante l'evento sportivo nell'impianto sportivo, il giudice arbitro deve verbalizzare tali gravità. Questi atti una volta esaminati dalla commissione nazionale potrebbero far scaturire delle sanzioni verso i casi più gravi, quali sospensioni temporanee o permanenti dal sodalizio AICS.

ART. 29 TABELLA COMPOSIZIONE SQUADRE PER STAFFETTE E RELAY

LEGENDA COMPOSIZIONE BATTERIE RELAY E STAFFETTA										
1X NUMERO DI SQUADRE PARTECIPANTI										
G= GRUPPO										
ATLETI	QUALIFICA PER LA FINALE					FINALI				
	G1	G2	G3	G4	G5	A	B	C	D	E
2	1x2					1X2				
3	1x3					1X3				
4	1x2	1x2				1X4				
5	1x2	1x3				1x3	1x2			
6	1X3	1X3				1x4	1X2			
7	1x3	1x4				1x4	1x3			
8	1X4	1X4				1X4	1X4			
9	1X3	1X3	1X3			1X4	1X3	1X2		
10	1x3	1x3	1x4			1X4	1x3	1X3		
11	1x3	1X4	1x4			1X4	1X4	1X3		
12	1X4	1X4	1x4			1X4	1X4	1x4		
13	1x3	1x3	1x3	1x4		1X4	1x3	1x3	1X3	
14	1x3	1x3	1x4	1x4		1X4	1X4	1X3	1X3	
15	1x3	1X4	1X4	1x4		1X4	1X4	1X4	1X3	
16	1X4	1X4	1X4	1X4		1X4	1X4	1X4	1X4	
17	1X3	1X3	1X3	1X4	1X4	1X4	1X4	1X3	1X3	1X3
18	1X3	1X3	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X3	1X3
19	1X3	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X3
20	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4	1X4

Figura 18